

Linjens formål:

- Bidrage til at skabe en forståelse for, hvad kost og sundhed betyder for det enkelte menneske, samfundet, naturen og miljøet.
- Lære at indgå i arbejds- og undervisningsfællesskaber på en etisk, demokratisk og forsvarlig måde.
- Medvirke i den offentlige debat om kost og sundhed

Mål:

- at eleverne får indsigt i konkrete opgaver i et dagligt hverdagsliv
- at eleverne tilegner sig viden indenfor krop-kost-sundhed
- at eleverne får indsigt og forståelse for sundhed og livskvalitet
- at eleverne gennem undervisning gør sig erfaringer og tilegner sig viden indenfor madlavning og rengøring gennem konkrete praktiske undervisningsopgaver

Indhold:

Kost	Tilberedning af mad ud fra sunde ernæringsprincipper, ernæringslære, køkkenhygiejne, egenkontrol, menuplanlægning, indkøb, mål og vægt, servering, oprydning og rengøring. Eleverne lærer desuden at blive fortrolige med et storkøkkens mange forskellige redskaber, maskiner og inventar.
Krop	Personlig hygiejne og ergonomi.
Sundhed	Samarbejde, kommunikation, fællesskab, sociale spilleregler, trivsel, fysisk og mental sundhed.

Beskrivelse af praksis

På denne linje arbejder eleverne med **“hverdagslivet”** som omdrejningspunkt. Eleverne vil møde et undervisningsforløb, hvor indholdet er tilpasset den enkeltes forudsætninger. De praktiske undervisningsopgaver vil blive løst i forbindelse med skolens dagligdag (madlavning ud fra skolens kostpolitik, borddækning, rengøring af køkken og spisesal, vaskeri).

Opgaver til ”fælles bedste”:

- Varetage madlavningen til skolens elever, fordele køkkenopgaver, varetage rengøringen på skolens fællesområder, vask af skolens vasketøj

Indholdsplan for grundforløb

1. Mål:

At eleverne tilegner sig færdigheder inden for køkken og sundhed gennem undervisning i:	At eleverne tilegner sig færdigheder indenfor Fysik og Kemi gennem undervisning i:
<ul style="list-style-type: none"> • Tilberedning af dagens måltider • Levnedsmiddelhygiejne og egenkontrol • Rengøring af køkkenet og fællesarealer • Borddækning • Samarbejde og kommunikation • Tøjvask • Menuplanlægning • Opskrifter 	<ul style="list-style-type: none"> • Kemien i din hverdag (i køkkenet, på værelset, i/på kroppen) • Varedeklarationer • Vaskemidler • Bakterieprøver/skimmelsvamp • Syre/base • Massefylde

2. De almene skolefag (svarende til ½ time daglig undervisning)

Fag	Emne	Indhold	Placering
Fysik/Kemi	Kemien i din hverdag	<ul style="list-style-type: none"> • Kroppen som kemisk fabrik • Hvad og hvor meget skal en teenager indtage af mad og væske, for at holde "maskinen" kørende? • Sæbefremstilling – fra flydende til fast sæbe – forskellen på sæbe fremstillet af naturens planter og den sæbe, som kan købes i dagligvarebutikker • Fremstilling af tandpasta uden kemi 	Mandag-torsdag kl. 11.15-12.00.

Fag	Emne	Indhold	Placering
Fysik/Kemi	Varedeklarationer Kemiske reaktioner, hvor madvarer indgår	<ul style="list-style-type: none"> Læse varedeklarationer på udvalgte varer Betydningen af de forskellige betegnelser på varen Hvad er "rene varer", og hvad er tilsætningsstoffer? Hvilken funktion har tilsætningsstofferne for smagen og konsistensen? Er tilsætningsstoffer skadelige? Forsøg: Få et æg til at hoppe Spring en ballon med citronsaft Pust en ballon op med bagepulver 	Mandag-torsdag kl. 11.15-12.00.
Fysik/Kemi	Tilstandsformer Massefylde	<ul style="list-style-type: none"> Vand – hvilken proces sker der, når vand fryser til is? – hvad sker der, når vand begynder at koge? Byg et tårn af farvede væsker Lav din egen is Hvad er massefylde? Eleverne stifter bekendtskab med forskellige emners massefylde (vand/vat - plasticflasker/jern - havregryn/æg m.m.) 	Mandag-torsdag kl. 11.15-12.00.
Fysik/Kemi	Syre/base	<ul style="list-style-type: none"> Eleverne undervises i PH-skalaen Tage prøver af de forskellige rengøringsmidler, som eleven er i kontakt med her på skolen Syrer og baser i et helt almindeligt hjem Forsøg med sodavandsrens Forsøg med cola og cola light 	Mandag-torsdag kl. 11.15-12.00.
Fysik/Kemi	Tøj og tøjvask	<ul style="list-style-type: none"> Kemien i dit tøj – fra produktion til butikken Vaskemidler og skyllemidler – hvad gør det ved tøjet, din hud og miljøet Forsøg med vandtemperatur og tøj – ved hvor mange grader skal tøjet vaskes på for at blive rent? Fremstilling af din egen håndsæbe 	Mandag-torsdag kl. 11.15-12.00.

Fag	Emne	Indhold	Placering
Fysik/Kemi	Bakterier og Skimmelsvampe	<ul style="list-style-type: none"> • Eleverne undervises i bakterier og skimmelsvampe • Hvad er bakterier – kan de ses? • Hvor er der bakterier? • Tage bakterieprøver på elevtoiletter. • Forskellen på dårlige og gode bakterier • Mundhygiejne – vi laver vores egen tandpasta • Hvad er skimmelsvampe – kan de ses? • Forsøg med dyrkelse af skimmelsvamp i rugbrød 	Mandag-torsdag kl. 11.15-kl. 12.00

3. De praktiske skolefag

Fag	Emner	Indhold
Praktisk undervisning	Madlavning	De 5 arbejdsstationer, kold mad, varm mad, bagning, frugt og grønt-rummet, opvask/rengøring.
Praktisk servicearbejde:	Rengøring	Klargøring af skolens spisesal og fællesgang, vaskehus og undervisningslokale. Herunder aftørring af borde, vindueskarme, afvaskning af gelændere, fodlister, døre, tømme skraldespande, pudser vinduer, støvsugning og gulvvask.
Praktisk køkkenarbejde:	Ernæringslære	Kendskab til råvarerne og deres anvendelsesmuligheder Hvad er fedt – kulhydrater- protein? Tilberedning af dagens måltider med udgangspunkt i skolens kostpolitik.
Praktisk linjeundervisning	Økologi	Hvad forstår vi ved økologi? Eleverne undervises i økologi contra konventionelle fødevarer.
Praktisk linjeundervisning	Levnedsmiddelhygiejne	Hvordan håndterer vi de forskellige fødevarer? Undervisning i krydsterminering. Hvad er egenkontrol? Gennemgang af egenkontrolmappen.

Praktisk linjeundervisning	Materialer og midler	Kendskab til og korrekt brug af et storkøkkens forskellige redskaber, maskiner og inventar. Kendskab til og korrekt brug af de forskellige rengøringsartikler og rengøringsvogne.
Praktisk linjeundervisning	Ergonomi	Kendskab til at bruge sin krop i fysisk arbejde. Gennem øvelser undervises eleverne at løfte, skubbe, trække mv. på den ergonomiske korrekte måde.
Praktisk linjeundervisning	Mål og vægt	Med praktiske forsøg undervises i deciliter, liter, gram, kilo, teskefuld, spiseskefuld.
Praktisk linjeundervisning	Personlig hygiejne, køkkenbeklædning og fodtøj	Krav til- og vigtigheden af en god personlig hygiejne, når der arbejdes med tilberedning af mad til mange, i forhold til ens eget velbefindende og i forhold til kammerater. Krav til køkkenbeklædning og fodtøj i et storkøkken. Håndhygiejne ved borddækning. Undervise eleverne at vaske hænder, håropsætning og negleklipping.
Praktisk linjeundervisning	Tøjvask.	Eleverne bliver undervist i at vaske deres eget tøj, håndklæder, køkkentøj og klude. Kendskab til og brug af skolens vaskemaskiner og tørretumbler. Læse vaskeanvisninger i tøjet. Sortere efter farve og vaskegrader. Lægge tøjet sammen
Praktisk linjeundervisning	Borddækning:	Der dækkes bord i spisesalen til frokost og stille service frem til aftensmaden. Traditioner omkring borddækning – hvorfor dækker vi bord? Hvilke farver og blomster hører årstiderne til? På temadage, fødselsdage og til højtider pyntes der op i spisesalen.

Praktisk linjeundervisning	Anretning/ servering/ afrydning	Eleverne undervises i anretning/ servering/ afrydning af maden til de forskellige måltider. Forberedelse af servering til måltiderne foregår i elevens fritid. Eleverne trænes i at bidrage til fællesskabet.
----------------------------	---------------------------------	--

4. Organisering af undervisningen

	1. års elever	Fortsætter elever
De almene skolefag.	På Køkken/ Sundhed undervises eleverne de fire første dage fra kl. 11.15- 12.00.	Eleverne undervises de fire første dage fra kl. 11.15-12.00. Eleverne undervises i fysik og kemi. Undervisningen veksler mellem oplæg og forsøg. Derudover er de mentorer for førsteårs eleverne. Eleverne bliver præsenteret for forskellige forsøg i hver uge.
Den praktiske undervisning	Eleverne undervises skiftevis i køkkenet (praktiske køkkenfag + almene skolefag) og på Sundhed (praktiske sundhedsundervisning samt almene skolefag)	Eleverne undervises både i køkkenet og på sundhed i de praktiske fag.

5. Evaluering med eleven

Evalueringen foregår mundtligt sammen med eleven.

Elevens udbytte af undervisningen belyses bl.a. gennem 3 faste spørgsmål:

- Hvad har du lavet? Nævn 3 gode ting fra linjeundervisningen?
- Hvad har du lært? Nævn tre udfordringer fra linjeundervisningen?

Indholdsplan 2019-2020

Køkken og Sundhed

- Lærerens vurdering.
- Kunne du tænke dig at vælge linjen igen?